

Vida Presker,  
fizioterapevt

## O masaži veznega tkiva

Objavljamo drugo pismo, v katerem nam strokovna kolegica piše o tehniki pri masaži veznega tkiva. — Op. ur.

V Nemčiji sem leta 1961 prvič slišala o masaži veznega tkiva (Bindegewebsmassage). Prva knjiga o tej masaži je izšla v Nemčiji leta 1942 pod naslovom »Massage reflektorischer Zonen im Bindegewebe bei rheumatischen und inneren Erkrankungen«. Masaža veznega tkiva pomeni posebno obliko nevralne terapije, ki so jo prvotno izvajali v fizioterapiji pri internih obolenjih. Danes pa je ta masaža dobila svoje mesto tudi v kirurgiji in ortopediji, ginekologiji, nevrologiji in pediatriji.

Pri masaži veznega tkiva sta poznani dve tehniki: površinska masaža veznega tkiva in črtna tehnika (Strichttechnik). Po izkušnjah v klasični masaži so zdravniki postali pozorni na vezno tkivo, kjer je bilo pri mnogih težavah in obolenjih opaziti nenavadno napetost (sprietje, Verhaftung) med podkožnim tkivom in fascijo na območju trupa. Sistematično gnetenje in površinsko premikanje podkožnega veznega tkiva na sedalu, kolkih in hrbtu je prineslo presenetljive uspehe: srčne bolečine, težko dihanje, glavoboli pri visokem krvnem pritisku so spontano izginili; bolečine v sklepih in težave ob gibanju pri revmatičnih obolenjih so se zmanjšale. Izkazalo se je, da površinska masaža veznega tkiva ne deluje samo v tem, da spodbuja in zboljšuje krvni obtok, temveč sproži živčno refleksne reakcije. Odločilno spodbudo za preiskavo in terapevtsko obdelavo živčno refleksne zveze med podkožnim tkivom in notranjimi organi, ožiljem in živci pa je dala nemška fizioterapevtka Elisabeth Dicke. Iznašla je in razvila novo tehniko v masaži veznega tkiva, to je črtno tehniko. Bolehala je za endarthritis obliterans na desni nogi in zdravniki so govorili o amputaciji noge. Ker jo je križ zelo bolel, si je skušala z masažo pomagati sama, in sicer tako, da je z dvema prstoma, to je s sredincem in prstancem, pritiskala v zelo napeto kožno tkivo in ga vlekla v obliki kratkih črt prek križnice in medeničnega grebena. Napetost v kožnem tkivu je polagoma popuščala in hkrati je v bolni nogi začutila srbenje in zbadanje, ki ga je spremljal toplotni občutek. Nato je masažo razširila na območje ob trohanterju in na lateralno stran stegna. Po 3 mesecih se ji je stanje znatno izboljšalo. Svoje odkritje je zaupala zdravnici dr. med. Hede Teirich-Leube, ki se je že ukvarjala z masažo veznega tkiva in odkrila površinsko tehniko. Skupno sta še z nekaterimi zdravniki novo tehniko v masaži veznega tkiva razvili naprej in danes pomeni ta masaža v fizioterapiji eno važnih metod.

Pri površinski masazi veznega tkiva je delovanje usmerjeno na podkožno tkivo, nje namen pa je vplivati na njegovo napetost in konsistenco, s čimer sočasno dosežemo bolj ali manj močno živčno-refleksno delovanje. Črna tehnika pa nasprotno prijemlje v podkožnem tkivu z izključnim namenom, da vpliva na vegetativni živčni sistem. Obe tehniki delujeta torej na vegetativni živčni sistem in se lahko zato odlično dopolnjujeta: površinska masaža veznega tkiva, katere živčno-refleksno delovanje je v primerjavi s črtno masažo manjše, pride v poštev pri močno napetem podkožnem tkivu v začetku zdravljenja in omogoča često že po 1—2 sejah dobro in nemoteno izvedbo črtno tehnike, katere delovanje vidimo izključno v smislu nevralne terapije.

V zvezi z masažo veznega tkiva pa je treba omeniti refleksne cone, katere so v koži, mišicah in veznem tkivu. Med refleksnimi conami in notranjimi organi obstajajo živčno-refleksne zveze. O refleksnih conah v koži je prvi poročal Head, zato jih imenujemo Headove cone. Na območju refleksnih con je koža pri notranjih obolenjih in vnetjih čezmerno občutljiva za dotik, pritisk, toploto in mraz. Mnogo obolenj je mogoče zdraviti prek Headovih con. O tem je poročal Kibler v svojem delu »Die Behandlung innerer Erkrankungen von den Head'schen Zonen aus«.

O mišičnih conah pa je pisal Mackenzie. Te se pokažejo pri akutnih vnetjih, npr. pri akutnem gastritisu, pri apendicitisu, pri vnetju žolčnega mehurja, pri ledvičnih kamnih zlasti v obliki povečane napetosti v tistih mišicah, ki so posredno povezane z obolelim organom. Ta hipertonična mišična območja so občutljiva pri gibanju. Tako npr. pri motnjah v delovanju jeter in žolča nastopi med desno lopatico in hrbtenico često revmatična bolečina, ki pri gibanju desne roke in ramenskega obroča kakor tudi v mirnem stanju povzroča bolečine. Z masažo je možno odpraviti te mišične cone in z njimi izginejo praviloma tudi druge težave in funkcijske motnje, ki spremljajo neko obolenje.

V nasprotju s kožnimi in mišičnimi conami so našli cone v veznem tkivu s terapevtsko masažo veznega tkiva, in to s črtno tehniko. Na območju con v veznem tkivu je napetost med sloji tkiva večja kot normalno in je premočnost med sloji tkiva omejena tako, da prsti pri masazi čutijo povečan upor, pacient pa mora čutiti ostro rezanje, kar pomeni, da je to pravilna živčno-refleksna reakcija (Schaltung). Če pa čuti pacient pri masiranju top pritisk, pomeni to, da je živčno-refleksna reakcija (stik, pretik) napačna. Izkušnje pri masazi veznega tkiva so pokazale, da je poteg (vlek) v povišano napetem veznem tkivu adekvaten dražljaj za sprostitvev živčno-refleksnih postopkov (potekov), zato ga lahko označujemo kot terapevtski poteg.

---

**Kdor svojemu bližnjemu ne stori nič dobrega, ta dela slabo.**

Maksim Gorki